









Une année pour tisser des liens. Ces liens tricotés et tissés au fil des jours nous gardent en santé pour faire face aux défis de la vie.





















DES SERVICES MOINS CHERS POUR TOUS



SOINS DE LA VUE

• Examen chez l'optométriste GRATUIT pour moins de 18 ans, 65 ans et plus et prestataires de l'aide sociale.

LUNETTES DE VUE

- Le Bonhomme à lunettes
 Petits prix pour les gens à faible revenu /
 20 \$ pour les prestataires de l'aide sociale /
 gratuit pour les enfants
 Infos: 514 303-4315 /
 bonhommealunettes.org
- Mieux voir pour réussir
 Programme d'aide financière qui offre
 un remboursement de 250 \$ à l'achat de
 lunettes ou de lentilles pour enfant (- 18 ans)
 Infos: formulaires.ramq.gouv.qc.ca/lunettes



SOINS DENTAIRES

- Clinique-école du Collège de Maisonneuve 3800, rue Sherbrooke Est, porte extérieure A-28 Rendez-vous: 514 787-1702
- Clinique dentaire de l'Université de Montréal 2900, boul. Édouard-Montpetit Rendez-vous: 514 343-6750



PSYCHOLOGIE

 Clinique universitaire de psychologie – Montréal Pavillon Marie-Victorin, local D-331 1525, boul. Mont-Royal Ouest Infos: 514 343-7725



SERVICES DE COIFFURE

St-Laurent Académie
 914A, rue Sainte-Catherine Est
 Rendez-vous : 514 284-0661

 Infos : stlaurentcoiffure.com



MASSOTHÉRAPIE

 Académie de massage scientifique 1001, rue Sherbrooke Est, bureau 840 (8° étage) Montréal (Québec)

Infos: 1800 475-1964



SERVICES JURIDIQUES

• Juripop 300-2006, rue Plessis

Rendez-vous: 514 705-1637 #245

Infos: juripop.org

BESOIN D'AIDE?



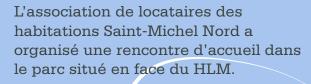
POUR TROUVER
DES RESSOURCES
SOCIOCOMMUNAUTAIRES
PRÈS DE CHEZ VOUS





211qc.ca





Mardi

Marcradi

Lundi



Tandi

Vandradi

Samedi

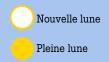
Dimancha



Lunai	Mardi	Mercreai	Jeuai	venareai	Samedi	Dimanche
28	29	30	31 Bureaux fermés	Nouvel An Loyer Bureaux fermés	2	3
4 Bureaux fermés	5	6	7	8	9	10
11	12	13 🔾	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28 -	29	30	31



« Lors de cette rencontre, deux locataires ont réalisé qu'elles étaient voisines. Ça permet un premier contact. » Magalie Gaston, présidente de l'association



L'art comme thérapie. Les Balconfinés.es aident à passer les journées d'isolement. La compagnie de théâtre de rue Drôldadon réalise une tournée devant les HLM de Rosemont.

FÉVRIER 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1 Loyer	Rencontre Comité consultatif des résidants Jour de la marmotte	3	4	5	6	7
8	9	10	110	12	13	14 Saint-Valentin
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

« Une résidante m'a dit "Ça met de la vie dans la vie". Une autre a été très émue de voir l'échassière jouer du violon. Ça lui a rappelé son père qui en jouait quand elle était jeune. » Judith Lemaire, organisatrice communautaire







« Il faut s'assurer que notre monde ne s'ennuie pas trop, même si l'on n'a pas nos salles communautaires et qu'on ne peut pas jouer en se rassemblant. Téléphonez à vos gens qui sont plus vulnérables et qui s'ennuient. Il faut les encourager. »

Lise Sévigny, présidente de l'association des habitations Curé-Vianney-Savaria



MARS 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1 Loyer	2	3	4	5	6	7
Journée internationale des femmes	Rencontre Comité consultatif des résidants	10	11	12	13 🔾	14 Heure avancée de l'Est
15	16	17	18	19	Équinoxe du printemps	21
22 Début des inscriptions au Club Fleurs et Jardins 514 521-5608 Journée mondiale de l'eau	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Aux habitations Charlebois, il y avait aussi des spectacles de musique! Le Centre des femmes actives de Saint-Henri a travaillé très fort pour divertir les résidants. Madame Loyer était fière d'y participer.

AVRIL 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
29	30	31	1 Loyer	Vendredi Saint Bureaux fermés	3	4 Pâques
5 Lundi de Pâques Bureaux fermés	Rencontre Comité consultatif des résidants	Journée mondiale de la santé	8	9	10	11
12 O	13	14	15	16	17	Semaine de l'action bénévole
19	20	21	22 Jour de la Terre	23	24	25
26	27 -	28	29	Date limite pour remettre vos déclarations de revenus	1	2



La musique fait du bien au cœur!

Des résidantes heureuses d'avoir assisté au spectacle en plein air de l'Orchestre symphonique de Montréal aux habitations Favard, Montmorency et Charlevoix.









Un répit bien mérité pour les familles qui viennent de déménager aux habitations Saint-Michel Nord! De petits plats congelés savoureux ont été livrés aux nombreuses familles et des articles avec le logo des Canadiens de Montréal ont été offerts aux enfants.

MAI 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
26	27	28	29	30	1 Loyer	2
3	4	5	6	7	8	9 Fête des Mères
10	Rencontre Comité consultatif des résidants	12	13	14	Journée internationale de la famille	16
17	18	19	20	Journée mondiale de la diversité culturelle	22	23
24 Journée nationale des patriotes Bureaux fermés	25	26	27	28	29	30
31						



Journée mondiale sans tabac

« Nous sommes deux à venir régulièrement ici. Les autres sont trop âgés pour se déplacer. Ce jardin, c'est un peu le nôtre. »

Madame Abbasi, résidante aux habitations Place Newman

JUIN 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
31	1 Loyer	2	3	4	5	6
7	8	9	100	11	12	13
14	15 Journée mondiale de la sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées	16	17	18	19	20 Fête des Pères
21 Solstice d'été	Rencontre Comité consultatif des résidants	23	Fête nationale du Québec Bureaux fermés	25	26	27 Journée canadienne du multiculturalisme
28	29	30	1	2	3	4





« J'aime les légumes frais du jardin. Ils sont tellement meilleurs. J'ai aménagé quelques bacs en arrière qui sont moins longs et plus bas, spécialement pour les gens handicapés. Et je m'occupe des fleurs en avant de l'immeuble. »

Madame Poirier, résidante aux habitations Côte-des-Neiges



« Profitons de cette jeunesse, de cette énergie pour changer les choses, faire entendre notre voix. Aussi, amusons-nous, car la jeunesse ne restera pas éternellement! »

Sihem Youbi, membre du MOUV



JUILLET 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	29	30	Loyer Fête du Canada Bureaux fermés	2	3	4
5	6	7	8	9	10 🔾	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

« À tous les jeunes : nous devons faire tomber les barrières entre nous ; il y en a déjà assez dans la société. Unissons-nous et encourageons-nous! »

Leidy Paola Duque, porte-parole jeunesse, avec les soeurs Sihem et Iman Youbi, pour la Fondation de l'OMHM

L'année du masque! Résidants, organismes et employés s'unissent pour faire la distribution de masques dans plusieurs quartiers de Montréal.

AOÛT 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
26	27	28	29	30	31	1 Loyer
2	3	4	5	6	7	8 🔾
9	10	11	Journée internationale de la jeunesse	13	14	15
16	17	18	19 Journée mondiale de l'aide humanitaire	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					









L'heure du thé! Les employés continuent d'être présents dans les milieux de vie. Même les enfants respectent bien les règles quand des employés viennent leur rendre visite.

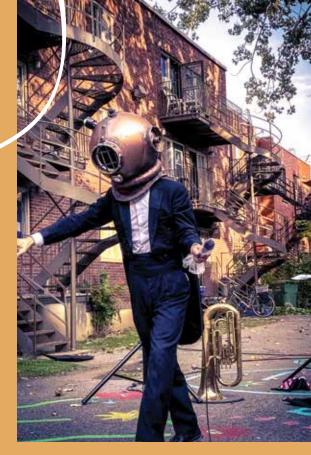
SEPTEMBRE 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
30	31	1 Loyer	2	3	4	5
6 Fête du Travail Bureaux fermés	70	Journée internationale de l'alphabétisation	9	10	11	12
13	Rencontre Comité consultatif des résidants	15	16	17	18	19
20	Journée internationale de la paix	22 Équinoxe d'automne	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

Un nouveau projet de l'organisme MU est en place pour mettre de la vie et des couleurs dans la cour des habitations Rosemont. Les jeunes peuvent s'amuser et bouger à l'extérieur sur un jeu géant de serpents et échelles. Place à la magie! Les résidants ont pu assister, de leur balcon, au récital rêvé et imaginé par Marc-Alexandre Brûlé. Un spectacle haut en couleur!

OCTOBRE 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
27	28	29	30	1 Loyer Journée internationale des aînés	Journée internationale de la non-violence	3
4	Journée mondiale de l'habitat	6 0	7	8	9	Journée mondiale de la santé mentale
11 Action de grâce Bureaux fermés	12	13	14	15	16	Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté
18	19	20	21	22	23	24
25	Rencontre Comité consultatif des résidants	27	28	29	30	31 Halloween









« Chaque petit moment agréable dans la journée, je les accumule et j'y repense avant de dormir. Le bonheur, on l'a en soi. Je suis heureuse. »

Madame Laporte, résidante des habitations Saint-Vallier

Madame Vadivelu vient d'arriver dans un logement neuf. Elle avait hâte de s'installer et de le faire découvrir à tout son monde.

NOVEMBRE 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1 Loyer	2	3	4 (5	6	7 Fin de l'heure avancée de l'Est
8	9	10	11 Jour du Souvenir	12	13	14
15	Journée internationale de la tolérance	17	18	19	Journée internationale des droits de l'enfant	21
22	23	24	25	26	27	28
29	Rencontre Comité consultatif des résidants	1	2	3	4	5

DÉCEMBRE 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
29	30	1 Loyer	2	3	4 🔾	5
6	7	8	9	Journée des droits de l'homme	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 Solstice d'hiver	22	23	24 Bureaux fermés	25	26
27 Bureaux fermés	28 Bureaux fermés	29	30	31 Bureaux fermés	Nouvel An Bureaux fermés	2



Les enfants jouent souvent un rôle essentiel pour aider à traduire et transmettre l'information à leur famille. Le spectacle allait commencer, il fallait informer toutes les familles du quartier. Les enfants ne pouvaient pas manquer cette belle occasion!

Une initiative d'Action-Gardien, la Corporation de développement de Pointe-Saint-Charles.



Répertoire des ressources

811 Info-Santé et Info-Social

Une infirmière d'Info-Santé ou un intervenant d'Info-Social répond à vos questions, vous donne des conseils éclairés et vous oriente au besoin vers la bonne ressource du réseau de la santé et des services sociaux. 24 h sur 24, 7 jours sur 7. Gratuit et confidentiel.

311 Services de la Ville de Montréal

Numéro de téléphone unique pour toute question sur les services municipaux : 311

- Lundi au vendredi: 8 h 30 à 20 h 30
- Samedi, dimanche et jours fériés : 9 h à 17 h

211 Centre de Référence du Grand Montréal

Au téléphone

211 est un service d'information et de référence multilingue disponible 7 jours par semaine, de 8 h à 18 h.

Sur Internet

211 rend disponibles toutes les informations à jour sur les ressources sociocommunautaires : 211qc.ca

AÎNÉS

- FADOQ (Regroupement des personnes de 50 ans et plus du Québec)
 514 252-3017 fadoq.ca
- Ligne aide abus aînés
 514 489-2287
- Tel-Aînés (centre d'écoute et de référence)
 514 353-2463
- Aîné-Avisé
 (Fraude, maltraitance et intimidation envers les aînés)
 aineavise.ca

JEUNESSE

- Tel-jeunes
 1 800 263-2266
- LigneParents1 800 361-5085
- Jeunesse, J'écoute
 1 800 668-6868
- Direction de la protection de la jeunesse (DPJ) 514 896-3100
- Les centres de la jeunesse et de la famille Batshaw (DPJ anglophone)
 514 935-6196

EMPLOI ET REVENUS

- Centres locaux d'emploi (CLE) mess.gouv.qc.ca/services-en-ligne
- Centre des femmes de Montréal
 514 842-4780 centredesfemmesdemtl.org
- Carrefour Jeunesse Emploi de votre quartier (16 à 35 ans) trouvetoncje.com
- Association coopérative d'économie familiale (ACEF) (Aide au budget)

ACEF du Sud-Ouest : 514 362-1771 ACEF du Nord : 514 277-7959 ACEF de l'Est : 514 257-6622

VIOLENCE CONJUGALE ET FAMILIALE

- SOS violence conjugale
 514 873-9010 sosviolenceconjugale.ca
- À cœur d'homme Réseau d'aide aux hommes pour une société sans violence
 1 877 660-7799 acoeurdhomme.com

VICTIMES D'ACTES CRIMINELS

- Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)
 1 866 532-2822 cavac.qc.ca
- Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractere sexuel (CALACS)
 514 529-5252 rgcalacs.qc.ca

 Centre pour les victimes d'agression sexuelle de Montréal (CVASM) (Ligne-ressource)
 514 933-9007

SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCES

- Suicide action Montréal (ligne de prévention du suicide)
 1 866 277-3553 suicideactionmontreal.org
- Tel-Aide (Ligne d'écoute anonyme 24 h /7 j) 514 935-1101 telaide.org
- Les centres de crise (Adultes en détresse psychologique ou psychosociale) 811 pour connaître le centre le plus proche centredecrise.ca
- Drogue: aide et référence
 (Soutien, information et référence aux personnes affectées par la toxicomanie. 24 h /7 j)

 514 527-2626 drogue-aidereference.qc.ca
- Jeu : aide et référence (Soutien, information et référence sur le jeu excessif. 24 h /7 j) 514 527-0140 jeu-aidereference.qc.ca

RESSOURCES GÉNÉRALES

- Aide juridique
 514 864-2111 aidejuridiquedemontreal.ca
- Services Québec
 514 644-4545 quebec.ca
- Interligne
 (Centre d'aide et de renseignements aux personnes LGBTQ+)
 514 866-0103 Texto: 1 888 505-1010 interligne.com

Pour mieux vous servir!

Un seul numéro pour TOUTES vos demandes à l'OMHM

Centre d'appels : 514 872-6646

Pour vous simplifier la vie, vous pouvez maintenant appeler le centre d'appels pour tous vos besoins :

- ✓ Sécurité
- Réparation
- Extermination

- Entretien
- ✓ Cohabitation
- Stationnement
- ✓ Etc.

Si l'employé n'a pas la réponse à votre question, il vous dira qui joindre dans la grande équipe de l'OMHM.

TROIS ADRESSES POUR DES SERVICES DIFFÉRENTS



Bureau de services – Est 3330, boul. de l'Assomption Montréal (Québec) H1N 3S4



Station de métro Assomption



Bureau de services - Ouest

2247, rue Delisle Bureau 300 Montréal (Québec) H3J 1K4



Station de métro Lionel-Groulx

Services offerts

- ✔ Paiement du loyer
- Demandes et informations diverses
- ✓ Plaintes



Bureau administratif de la gestion des baux

255, boul. Crémazie Est, Bureau 150 Montréal (Québec) **H2M 1M2**



Station de métro Crémazie

Services offerts

- Renouvellement et modifications au bail
- Résiliation du bail
- Attribution d'un stationnement
- ✓ Demande de changement de logement

